

統一受診券をお持ちのかたへ

子宮頸がん検診は受けましたか？

- 対象者／20～40歳の女性
 - 検診内容／問診、細胞診、超音波検査
 - 検診料金／1,800円
 - 持ち物／マイナ保険証など資格情報が確認できるもの（統一受診券（F名）、検診料金

- 子宮頸がん検診無料対象者／①仙北市国保加入者
②市民税非課税世帯の方 ③生活保護受給者 ④社会保険加入者で、今年度22歳、24歳、26歳、28歳、31歳～35歳になる方

●問合せ／保健課 ☎ 43-2252



オレンジカフェが開催されています♪

オレンジカフェは、厚生労働省が進めている認知症施策の1つで、認知症の方やその家族、地域の方など誰でも気軽に集い、交流することのできる集いの場です。認知症に関する相談にも応じることができますので、気軽にご参加ください。感染症の状況などによりお休みする場合もあります。詳細については直接力フェにお問い合わせください。



1月の日程

カフェの名称	代表者	会場	連絡先	開催日時	個人負担
オレンジカフェひまわり	長澤早恵	白岩コミュニティセンター	42-8671	1月14日(水)14時～16時	100円
包和花カフェ	包括支援センター	総合情報センター ラウンジ	43-2283	1月15日(木)10時～12時	無料
下延オレンジカフェの会	藤原律子	下延コミュニティセンター ※「あたまとからだの若返り教室」同時開催	55-5449	1月20日(火)14時～16時	100円
こみっとカフェ	松館文子	NPO 法人かじか瀬スペース	080-3198-4136	1月21日(水)10時～12時	300円
土曜日のさわやかカフェ	友永千春	さわやか桜館1階ホール 角館町西長野中泊126-2	52-0003	1月24日(土)14時～16時	100円
オレンジカフェひまわり	長澤早恵	グループホームはなみづき3号館 地域交流室 角館町白岩新西野202-2	42-8671	1月24日(土)14時～16時	100円

●問合せ／包括支援センター ☎ 43-2283



- 相談日／1月5日(月)午前のみ、23日(金)
午前のみ、26日(月)

時間／【午前】①10時～②11時～
【午後】③13時30分～④14時30分～

場所／角館町役場

相談方法／1回50分面談または電話
(要予約・相談無料)

問健課 43-22252

病気や健康、家族問題、からだや
相談を親身にお聴きします
～JINJIの相談～ ※秘密厳守

保健のお知らせ



- 時間／10時～15時

● 場所／健康増進センター（田沢湖病院併設）調理室・栄養相談室

● 参加費／100円（昼食は各自で、持参ください）

● 内容／保健師による血圧測定、健康相談、認知症予防体操、ゲームなど

● 相談／心理カウンセラー（相談無料／秘密厳守）

小松 090-2975-3450

一緒にお茶を飲んだり、認知症予防ゲームを楽しんだり、やりたいことをやりましょーー開催時間内に個別にお話（相談）もお聞きします。

今、私たちが取り組んでいるのは、集まつた人たちでお互いの「安否確認や困ったときに駆け付けられる体制づくり」です。「かだれ！」は、皆さんのお越しを心からお待ちしています！

かだれ！ 傾聴ボランティア・集いの場



- 笑うことは心身ともに安定し、ストレス軽減に効果があると言われています。皆さまぜひご参加ください。

日時／1月16日(金) 受付：9時40分～10時 終了予定：11時30分

場所／健康管理センター(角館)

内容／笑いヨガ

※事前申し込みはいりません。

問 保健課 ☎ 43-2252

たれかに話をすると安心する
傾聴ボランティア「えぐぼの会」

気になること、心配なこと、楽しみなことなどを話してみませんか。傾聴ボランティア「えぐぼの会」では、ゆっくりお茶を飲みながら、会員が悩みなどをお伺いして、一緒に考えていきます。開催時間内の都合のいいときにお気軽にお越しください。

- 開催日／1月21日(水)
- 時間／10時～14時
- 場所／角館交流センター
- 参加費／無料



- 開催日／1月20日(火) (予約不要)

●時間／14時～16時

●場所／角館交流センター（第2研修室）

●参加料／無料

●主催／NPO法人KOU（あきた若者サポートステーション運営団体）

●大屋みはる 011-885531-4367

1月の「えがおサロン」はお休みとなります。
若者同士で交流しましよう♪